स्वास्थ्यलाभको लागि आराम गर्ने सुविधा प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

**सुरक्षित ढंगमा स्वास्थ्यलाभको लागि आराम गर्नको लागि सुविधाको कर्मचारीले दिएको निर्देशनको पालना गरी दैनिक जीवन बिताउनुहोस्।**

1. स्वास्थ्य निश्चय प्रणाली "LAVITA" को प्रयोग गरी स्वास्थ्य निश्चय गर्नुहोस्। जानकारीपत्र "हरेक दिनको स्वास्थ्य निश्चयको बारेमा" मा हेरी प्रयोग गर्ने तरिका निश्चय गर्नुहोस् र 1 दिनमा 3 पटक, हरेक पटक खाना खाएपछि (8:30/12:30/18:30 सम्म) मा स्वास्थ्य स्थिति टाइप गर्नुहुन अनुरोध गर्दछौं।
2. सुविधा भित्र बस्दा व्यक्तिगत कोठा (बाथटब र ट्वाइलेट हुनेछ) मा दैनिक जीवन बिताउनुपर्नेछ।

सुविधामा बसोबास गर्दाको अवधिमा आफ्नो कोठाबाट बाहिर निस्किन पाइनेछैन।

1. सुविधामा अन्य व्यक्तिहरू पनि स्वास्थ्यलाभको लागि आराम गरिरहेको हुने हुनाले, अरूलाई असुविधा हुने गरी हल्लाखल्ला गर्ने वा आवाज निकाल्ने जस्ता दैनिक जीवनमा बाधा पुग्ने गतिविधिहरू नगर्नुहोस्।
2. सुविधामा मदिरा सेवन र धुम्रपान निषेध हुनेछ।
3. सुविधामा खिचिएको तस्बिर SNS मा पोस्ट नगर्नुहोस्।
4. सामान्यतया सुविधा प्रयोगसँग सम्बन्धित कुनै पनि खर्च भुक्तानी गर्नुपर्दैन। तर सुविधामा क्षति भएको आदि पाइएमा, सुविधाद्वारा मर्मत खर्च माग गरिनेछ।
5. सुविधा बाहिरका व्यक्तिहरूलाई सम्पर्क गर्नको लागि आफैले लिएर गएको मोबाइल फोन प्रयोग गर्नुहोस्। कोठाको फोनबाट सुविधा बाहिर सम्पर्क गर्न सकिनेछैन।
6. खानाको बेन्तो बिहानको 8 बजे, दिउँसोको 12 बजे～ साढे 12 बजे र बेलुकाको 18 बजे (लगभग) प्रदान गरिनेछ। खाना वितरण समाप्त भएपछि सुविधा भित्र अनाउन्स गरिने हुनाले, अनाउन्स नगरिएसम्म ढोका नखोल्नुहोस्।
7. आकस्मिक अवस्थाको लागि पहिचान रिस्टब्यान्ड वितरण गरिनेछ। सुविधामा बसोबास गर्दा उक्त रिस्टब्यान्ड लगाएर बस्नुहोस्।
8. परिवार वा चिनेको मान्छेले बाहिरबाट सामान आदि पठाउन सकिन्छ तर परिवार वा चिनेको मान्छेबाट प्रत्यक्ष रूपमा लिन नसकिने हुनाले डेलिभरी सेवाको प्रयोग गर्नुहोस्।
9. फ्रिजमा राख्नुपर्ने (फ्रोजन) सामान, सामान लिँदा शुल्क भुक्तानी गर्नुपर्ने सामान, समय तोकेर सामान पठाउने र खानपिनका सामग्रीको डेलिभरी लिन सकिनेछैन।
10. कोठाको फोहोरहरूलाई फोहोर हाल्ने झोलामा हालेर तलको तालिकामा 〇 भएको बार, बिहानको खाना लिने बेला कोठा बाहिर निकालेर राख्नुहोस्। प्लास्टिकको बोतलमा पेय पदार्थ बाँकी भएमा, अनिवार्य रूपमा मुख धुने बेसिनमा फालेर, बोतललाई कुच्च्याई त्यसलाई फोहोरको रूपमा निकाल्नुहोस्।

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| बार | सोमबार | मंगलबार | बुधबार | बिहीबार | शुक्रबार | शनिबार | आइतबार |
| फोहोर सङ्कलन | 〇 | × | 〇 | × | 〇 | × | 〇 |

1. तपाईंले तलको सुविधा छोड्ने मापदण्ड पूरा गरेको दिन सुविधा छोड्नुपर्नेछ।

＜सुविधा छोड्ने मापदण्ड＞

(1) लक्षण भएको व्यक्तिको खण्डमा

・लक्षण देखिएको दिनदेखि 10 दिन बित्नुका साथै लक्षण हल्का\*1 भए पछि 72 घण्टा बितेको खण्डमा

(2) लक्षण नदेखिएको रोगाणु भएको व्यक्तिको खण्डमा

・नमुना सङ्कलन दिन\*2 देखि 7 दिन बितेको खण्डमा

\*1 यसको अर्थ ज्वरोको औषधि प्रयोग नगरीकन ज्वरो कम भई, श्वासप्रश्वासको लक्षण सुधारको क्रममा रहेको अवस्था हो।

\*2 यसको अर्थ पोजेटिभ निर्धारणसँग सम्बन्धित नमुना सङ्कलन गरिएको मिति हो।

1. हिँडेर घर फर्किन नसकिने हुनाले, आफ्नो परिवारको सदस्य आदिलाई लिन बोलाउनुहोस् अथवा बसोबास सुविधाको बसमा चढेर फर्कनुहोस्। सुविधा छोड्ने लगभग 3 दिन जति अघि कार्यालयले तपाईं कसरी घर फर्कनुहुन्छ भनेर सोध्नेछ।
2. स्वास्थ्यलाभको लागि आराम गरेको कुरासँग सम्बन्धित प्रमाणपत्र आवश्यक व्यक्तिको लागि प्रमाणपत्र जारी गर्न सकिन्छ। सुविधा छोडेपछि तलको URL को आवेदनपत्रमा आवश्यक जानकारी लेखेर हुलाक मार्फत आवेदन काउन्टरमा पठाउनुहोस्।

URL: https://www.pref.gifu.lg.jp/page/135725.html

　सुविधामा बसोबास गर्दा नबुझेको कुरा वा चिन्ता लागेको कुरा भएमा तलको सम्पर्क स्थानमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

　●स्वास्थ्य स्थितिसँग सम्बन्धित कुराहरू: नर्स रुम　एक्स्टेन्सन 5210

　●अन्य कुराहरूको लागि: अफिस कोठा　एक्स्टेन्सन 5220

　\*सम्पर्क समय 7 बजेदेखि 21 बजेसम्म हो। स्वास्थ्य स्थिति खराब भएमा वा आकस्मिक अवस्थामा, कुनै पनि बेला सम्पर्क गर्नुहोस्।